

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"

 Белякова А.В.
 17.01.2025

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-11г-20	Картофельное пюре	200	5,7	5,1	23,7	158
-4м-20	Котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Итого		550	22,35	19,82	77,46	551
Обед						
-10з-20	Салат овощной	100	2,8	8,6	6,4	89
54-41г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,5	8,2	42,8	162,2
-4м-20	Котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
	Калач сметанный	100	15	1	13	195
Итого		700	40,88	33,1	123,66	872,4

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-11г-20	Картофельное пюре	200	5,7	5,1	23,7	158
-4м-20	Котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Итого		550	22,35	19,82	77,46	551
Обед						
-10з-20	Салат овощной	100	2,8	8,6	6,4	89
54-41г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,5	8,2	42,8	162,2
-4м-20	Котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2

	Калач сметанный	100	15	1	13	195
	Итого	700	40,88	33,1	123,66	872,4

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
11г-20	Картофельное пюре	200	5,7	5,1	23,7	158
4м-20	Котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	550	22,35	19,82	77,46	551
Обед						
10з-20	Салат овощной	100	2,8	8,6	6,4	89
54-41г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,5	8,2	42,8	162,2
4м-20	Котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
	Калач сметанный	100	15	1	13	195
	Итого	700	40,88	33,1	123,66	872,4

Составил Мисс Вялова С.Б.